

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИИ И ДРУГИХ НАУК О ЧЕЛОВЕКЕ

Смальта 2022, № 1

Smalta 2022, no. 1

Обзорная статья

УДК 159.9+615.8

DOI: 10.15293/2312-1580.2201.01

Практика применения фототерапии в психологическом консультировании и психотерапии: теоретический экскурс

Тишкова Альбина Сергеевна

Новосибирский государственный педагогический университет

Новосибирск, Россия, utarowa.albina@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3854-982X>

Аннотация. В статье представлен теоретический анализ проблемы применения фототерапии в психологическом консультировании и психотерапии. Отмечено, что в отечественных исследованиях фототерапия определяется как один из эффективных и инновационных видов арт-терапии, который широко применяется в медицинской, педагогической, терапевтической и консультационной практике. Раскрываются цели, виды, этапы и функциональное назначение фототерапии в психологическом консультировании. Обозначена особая роль психолога и терапевта в работе с клиентом в практике применения фототерапии. Представлена характеристика основных фототерапевтических техник, используемых различными зарубежными и отечественными авторами в работе с клиентами. В заключение отмечается эффективность применения фототерапии в работе психолога и обозначены перспективы дальнейшей работы, заключающейся в необходимости создания авторских техник фототерапии.

Ключевые слова: фототерапия, фотография, арт-терапия, проекция, техники, образы, творческое самовыражение, психологическое консультирование, психотерапия.

Для цитирования: Тишкова А. С. Практика применения фототерапии в психологическом консультировании и психотерапии: теоретический экскурс // СМАЛЬТА. 2022. № 1. С. 5–14. <https://doi.org/10.15293/2312-1580.2201.01>



Practice of Phototherapy Application in Psychological Counseling and Psychotherapy: Theoretical Excursus

Albina S. Tishkova

Novosibirsk State Pedagogical University

Novosibirsk, Russia, umarowa.albina@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3854-982X>

Abstract. The article presents a theoretical analysis of the problem of using phototherapy in psychological counselling and psychotherapy. It is noted that in domestic researches, phototherapy is currently one of the most effective and innovative types of art therapy and is widely used in medical, pedagogical, therapeutic and consulting practice of working with clients. The article reveals the goals, types of stages and the functional purpose of phototherapy in psychological counselling. Furthermore, the special place of the psychologist and therapist in working with the client in the practice of phototherapy is noted. A particular place in the article is occupied by the characteristics of fundamental phototherapy techniques used by various foreign and national authors in their work with customers. In conclusion, we presented the main conclusions about the effectiveness of the use of phototherapy in the work of a psychologist and outlined the prospects for further work, which consists in the need to create author's techniques of phototherapy.

Keywords: phototherapy, photography, art therapy, projection, techniques, images, creative self-expression, psychological counselling, psychotherapy.

For Citation: Tishkova A. S. Practice of Phototherapy Application in Psychological Counseling and Psychotherapy: Theoretical Excursus. *SMALTA*, 2022, no. 1, pp. 5–14. (In Russ.). <https://doi.org/10.15293/2312-1580.2201.01>

Актуальность данного теоретического исследования обусловлена увеличением количества проблем и противоречий, связанных с политическими, экономическими, социальными, культурными и информационно-техническими преобразованиями в обществе, под которые личность должна мобильно и эффективно подстраиваться в современных реалиях. Необходимость своевременной адаптации индивида к возникающим социокультурным трансформациям актуализирует кризисные состояния и противоречия, с которыми личности приходится справляться, чтобы достичь психологического благополучия. Так, круг проблем клиентов в психологической практике постоянно расширяется и, помимо привычных запросов: консультирование по вопросам взаимоотношений, личностного роста, самоактуализации, преодоления кризисных состояний, поведенческих паттернов и др., включает терапевтическую работу с расстройствами личности, обусловленными пандемией COVID-19.

Психологическая работа с обозначенным кругом проблем строится с использованием широкого спектра методов, среди которых одними из важных являются методы арт-терапии, построенные на проекции (переносе), введенной З. Фрейдом [18] и выступающей в качестве защитного механизма личности. Как было отмечено в исследовании, проведенном нами ранее, проективные техники эффективны не только для решения проблем и противоречий, но и для актуализации личностных ресурсов, эффективных в их разрешении [14].



А. Хайгл-Эверс с соавторами [19] арт-терапией, или терапией творческим самовыражением, называет группу терапевтических методов, которые представляют доступ к бессознательным элементам конфликта посредством продуктивного художественного творчества. По мнению авторов, арт-терапия способствует распознаванию эмоций, стимулирует экспрессивные способности, содействует разрешению личностных проблем. Анализ практической работы А. Хайгл-Эверс с соавторами [19] демонстрирует возможности применения терапии творческим самовыражением. Так, посредством творческого самовыражения пациенты могут получить доступ к бессознательным защитным импульсам и фантазиям, которые зачастую им сложно вербализовать. Как полагает М. Е. Бурно [1], терапия творческим самовыражением, применяемая с целью глубокого познания себя, эффективна и в медицинской практике. Использование фототерапии широко распространено и в зарубежной медицинской практике в качестве дополнительного метода в комплексном лечении различного спектра заболеваний [22].

Популярность арт-терапии обусловлена возможностью опосредованного исследования личностных образований, установок, побуждений, переживаний, стремлений, предпочтений и неосознаваемых мотивов поведения. Проективные стимулы и продукты деятельности, создаваемые клиентом в арт-терапии, имеют значение не просто в силу объективного содержания, а в связи с личностным смыслом и интерпретацией респондента. Более того, в зависимости от направлений в арт-терапии респонденту может быть предложена как оценка предлагаемого методикой стимульного материала, так и создание собственного творческого продукта деятельности.

В настоящее время в арт-терапии насчитывается большое количество направлений: изотерапия, куклотерапия, библиотерапия, сказкотерапия, песочная терапия, лепка, музыкотерапия, драматерапия, танцевальная терапия, фототерапия и др. Одним из эффективных и малоизученных направлений в арт-терапии является фототерапия. Однако отметим, что Дж. Вайзер [4] придерживается мнения, что фототерапия не является направлением и методом арт-терапии, как, например, считают некоторые российские исследователи. Автор указывает, что фототерапия и арт-терапия выступают самостоятельными терапевтическими методами, а их комбинирование имеет практически безграничные возможности. По нашему мнению, дискуссия о связи арт-терапии с фототерапией и их различиях имеет второстепенное значение, наиболее актуальным является обсуждение эффективности применения фототерапии в психологической диагностике, консультировании и терапии проблем клиентов.

Фототерапия находит широкое применение как в отечественной, так и зарубежной практике психологического консультирования [7; 13; 21; 25]. Следует отметить, что специфика искусства фотографии обусловлена индивидуальностью ее создателя, и фотография может выступать как «коллективный дневник человеческих переживаний» [9, с. 13].

Как отмечают А. Копытин и Дж. Платтс [7], использование фотографии как инструмента арт-терапии в клинической и художественной практике является перспективным и эффективным методом работы с широким спектром психологических проблем (осознание внутренних конфликтов и переживаний, укрепление межличностных отношений, работа с психическими травмами, обогащение собственного опыта и др.). Е. Тарарина [13] предлагает использовать фотографию в терапии для личностного роста и развития, а также в разрешении внутриличностных конфлик-



тов. Под фототерапией А. Копытин, Дж. Платтс [7] и Е. Тарарина [13] понимают лечебно-коррекционное применение фотографии для решения личностных проблем и гармонизации состояний. При этом терапевтический эффект достигается как при помощи использования готовых фотографий, так и при создании авторских снимков и может проявляться в повседневной жизни. Однако, как отмечают авторы, фототерапия, являясь аналитическим процессом, обязательно должна включать работу с психологом, целью которой является укрепление психологического здоровья и качества жизни клиента [7; 13]. У. Nalkola [23] выделяет три категории методов фототерапии: просмотр биографических фотографий, создание новых фотографий и просмотр как символических, так и ассоциативных фотографий.

В качестве видов фототерапии Е. Тарарина [13] выделяет работу с готовыми фотографиями, создание одной или нескольких фотографий на заданную тему, постановочное фото, созданное во время работы терапевта с клиентом. Автором представлено большое количество техник фототерапии, имеющих широкий спектр целевой направленности: развитие познавательных интересов, актуализация и выражение чувств, выявление дезадаптивных форм поведения, укрепление образа «Я», осознание и переоценка смысла жизни, проработка нереализованных целей и планов, актуализация внутриличностных конфликтов и др. Большинство техник построено на том, что терапевт предлагает клиенту или сделать несколько снимков на заданную тематику, отвечающую его запросу/проблеме, или поработать с готовыми снимками [13]. Этапы психологической работы в фототерапии могут быть различны. Е. А. Тупицына [16] предлагает следующую последовательность: знакомство с клиентом, съемка на заданную психологом тематику, обсуждение фотографий и эмоций клиента, связанных с ними.

А. И. Копытин [8] выделяет несколько функций фотоснимка в терапевтическом процессе: фокусирующая (возможность придать значимость пережитым чувствам и эмоциям); стимулирующая (активация различных сенсорных систем); организующая (активация творческого воображения и формирование новых представлений); объективирующая (визуализация прошлых переживаний); отражение динамики внутренних и внешних изменений (осознание происходящих изменений); смыслообразующая (рефлексия, осознание чувств, действий посредством концентрации на образе); деконструирующая (дает способность осознать смысл, приписываемый поступкам и переживаниям); рефрейминг (включение объекта в иной контекст восприятия и изменение его смысла); контейнирующая (удерживание чувств от бессознательного проявления в реальности); экспрессивно-катарсическая (снятие эмоционального напряжения); защитная (обеспечивает чувство безопасности и контроля над ситуацией). Представленные функции позволяют охарактеризовать фототерапию как эффективную и самостоятельную технику работы в процессе психологического консультирования клиентов, переживающих различные состояния и проблемы.

В исследованиях также отмечается, что в фототерапии не предъявляются эстетические требования к используемым или создаваемым фотографиям [3; 7]. Это обусловлено, по нашему мнению, тем, что фотография в такой терапии понимается не как предмет художественного творчества, а как стимульный проективный материал для работы с глубинными бессознательными процессами.

В работе А. А. Егоровой отмечается, что фототерапия зарекомендовала себя и в педагогической практике в работе с детьми и подростками, так как с ее помощью



возможно вовлечение в совместное творчество [5]. В исследовании Ю. М. Можжухиной [10] представлены техники фототерапии в практике психолого-педагогического сопровождения и диагностики детско-родительских отношений, познавательной и эмоциональной сферы воспитанников дошкольного образовательного учреждения. Помимо этого, фототерапия выступает в качестве инновационного эффективного инструмента, способствующего адаптации к детскому саду, снижению тревожности, созданию благоприятного психологического климата в группе. Как отмечает в своем эссе С. Сонтаг [12], фотография – это социальный ритуал, выступающий в качестве инструмента для самоутверждения, самовыражения и снижения тревоги.

В некоторых исследованиях представлены техники фототерапии в работе с детьми с интеллектуальными нарушениями. Например, Н. К. Усова [17] предлагает использовать фототерапию с целью расширения социального опыта, формирования адекватного поведения и гармоничных взаимоотношений с окружающими у воспитанников детского дома с нарушением интеллектуальной сферы.

Более того, фотография может использоваться не только в процессе терапевтической практики, но и как средство наглядности в обучении. Так, Т. И. Четет и А. В. Коноваленко [20] предлагают использовать фотографию как одно из средств наглядности в процессе обучения в вузе, побуждающего к творческому рассуждению, развитию разговорной речи, мотивации к саморазвитию, мобилизации психической активности, развитию восприятия и формированию интереса к изучаемому предмету.

Особый интерес, по нашему мнению, представляет использование фотографии в качестве самопрезентации, в передаче чувств, в формировании идентичности и ролевого поведения личности. Так, в исследовании, проведенном нами ранее, было доказано, что пользователи социальной сети Instagram публикуют фотографии в своем профиле преимущественно для самопрезентации и демонстрации своей личной жизни, при этом идентифицируясь с определенными ролевыми моделями деви, ведьмы, героя, отца и трикстера [15]. Как отмечает А. Е. Буянова [2], фототерапия с использованием семейного альбома в процессе консультирования клиента позволяет осознать роли и позиции в семье и сформировать определенные позиции и ценности. Традиционный семейный альбом с фотографиями, по мнению R. Martin [24], может эффективно использоваться в фототерапии. Визуальная репрезентация с использованием фотографии помогает запечатлеть культурные и личностные смыслы и представить хронику жизни человека [11].

Интересные данные представлены в исследовании, проведенном С. Ю. Ждановой и Л. З. Зариповой [6], направленном на изучение особенностей восприятия индивидуальности незнакомого человека с использованием фотопортрета. Авторы пришли к выводу, что внешний облик человека на фотографии в процессе его изучения позволяет охарактеризовать его индивидуальные возможности. Анализируя фотографию мужчины, респонденты в первую очередь обращают внимание на его интеллектуальные качества, тогда как фотография женщины оценивается преимущественно с точки зрения ее внешнего облика. Однако, как отмечают авторы, в процессе анализа фотопортрета незнакомого человека респонденту проще оценить его внешний облик, нежели раскрыть его индивидуально-психологические характеристики, что, на наш взгляд, является закономерным [6].

В работах Дж. Вайзер [4] представлены не только теоретические положения фототерапии, но и основные техники ее применения в практической работе. Автор выде-



ляет пять основных техник фототерапии, применяемых в терапевтической практике с использованием личных и семейных фотографий клиента: терапия с использованием фотографий, найденных или созданных клиентом; терапия с использованием фотографий респондента, сделанных другими; терапия с использованием фотографий-автопортретов; терапия с использованием семейного альбома клиента; техника фотопроекции, не привязанная к определенному и конкретному типу фотографий. Дж. Вайзер [3] предлагает примерный алгоритм работы терапевта с клиентом при помощи фототерапии. В зависимости от конкретной техники работы клиент или делает снимки самостоятельно, или подбирает готовые и приносит их на сеанс. После этого терапевт и клиент внимательно рассматривают и анализируют снимки. Далее терапевт задает клиенту различные вопросы, например: «Какова история снимка?», «Кто его автор?», «Какое имеет для вас значение снимок?», «Когда вы рассматриваете снимок, что вы чувствуете?», «Если бы вы могли что-то изменить на снимке, что бы это было и почему?» и др. Безусловно, как отмечает автор, терапевтический эффект имеют не только ответы на вопросы, но и сам процесс беседы терапевта с клиентом [3]. Фотографии, как полагает Дж. Вайзер [4], выступают в качестве визуальных метафор непосредственно запечатленного на камеру момента. Так, при работе с фотографиями-автопортретами в процессе терапии ценность представляет не внешнее содержание снимка, а то значение и смысл, которые придает своему изображению клиент.

Большое количество техник фототерапии было предложено А. И. Копытиным [8], который разделяет их на несколько групп:

– группа А – техники на развитие памяти, внимания, мышления и тонкой моторики;

– группа Б – «Общие темы», включающие техники на выражение различных чувств и переживаний (позволяют усовершенствовать навыки самоконтроля психологических защит, раскрыть внутренние ресурсы, творческий потенциал и актуализируют латентные потребности личности);

– группа В – «Восприятие себя», техники, направленные на исследование внутреннего мира и образа «Я» (помогают клиенту актуализировать чувства и переживания, связанные с определенной психологической проблемой);

– группа Г – техники работы в парах, направленные на развитие межличностных отношений, навыков совместной деятельности;

– группа Д – групповые техники, направленные на решение внутригрупповых конфликтов и раскрытие ресурсов группы (данная форма работы не только способствует сплочению группы, но и позволяет личности интегрироваться в социальную среду);

– группа Е – техники, сочетающие фототерапию с другими направлениями творческого самовыражения (танец, движение, сценическое искусство) [8].

Следовательно, представленные техники были разделены автором по целевому назначению, но могут применяться с различными целями в качестве инструментов в психотерапии и психологическом консультировании, приобретая особую значимость для клиента.

Таким образом, фототерапия, являясь одним из эффективных и инновационных методов арт-терапии, может применяться в медицинской, педагогической, социальной и психологической практике. Особую значимость данный метод приобрел в психологическом консультировании и психотерапии в работе с широким кругом



вопросов и проблем, связанных как с внутриличностными, так и межличностными противоречиями. Исследователями под фототерапией понимается применение фотографии для решения личностных проблем и гармонизации состояний. Функции фототерапии (фокусирующая, стимулирующая, организующая, объективирующая, отражения динамики внутренних и внешних изменений, смыслообразующая, деконструирующая, рефрейминга, контейнирующая, экспрессивно-катарсическая и защитная) позволяют охарактеризовать ее как эффективную и самостоятельную технику работы в процессе психологического консультирования клиентов, переживающих различные состояния и проблемы. Из этого следует, что существующие техники и упражнения, применяемые в фототерапии, позволяют актуализировать бессознательные переживания клиента и мобилизовать его внутренние личностные ресурсы на решение возникающих противоречий. В качестве перспективы дальнейшего исследования может выступить создание авторских техник фототерапии и анализ их применения в консультативной практике.

Список источников

1. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением: клиническая терапия творчеством, духовной культурой // Московский психотерапевтический журнал. 1999. № 1. С. 19–42.

2. Буянова А. Е. Арт-терапевтические техники в социальной работе с семьей и детьми (на примере фототерапии и монотипии) [Электронный ресурс] // Социология в современном мире: наука, образование, творчество. 2016. № 8-2. С. 113–116. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26732829> (дата обращения: 02.10.2021).

3. Вайзер Дж. Техники фототерапии: использование интеракций с фотографиями для улучшения жизни людей // Визуальная антропология: настройка оптики / под ред. Е. Ярской-Смирновой, П. Романова. М.: Вариант, 2009. С. 64–108.

4. Вайзер Дж. Техники ФотоТерапии. Исследование секретов личных фотографий и семейных фотоальбомов. М.: Генезис, 2017. 424 с.

5. Егорова А. А. Фототерапия в педагогической практике [Электронный ресурс] // Инновационные технологии в образовании и науке: сборник материалов II Международной научно-практической конференции (Чебоксары, 10 сентября 2017 г.). Чебоксары: Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс», 2017. С. 124–126. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30000854> (дата обращения: 01.10.2021).

6. Жданова С. Ю., Зарипова Л. З. Метод фотографии в изучении индивидуальности человека как субъекта познания [Электронный ресурс] // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2012. № 1 (8). С. 153–157. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17428330> (дата обращения: 25.07.2021).

7. Копытин А., Платтс Дж. Руководство по фототерапии. М.: Когито-Центр, 2009. 184 с.

8. Копытин А. И. Тренинг по фототерапии. СПб.: Речь, 2003. 96 с.

9. Коттон Ш. Фотография как современное искусство. М.: Ад Маргинем Пресс: Музей современного искусства «Гараж», 2020. 288 с.

10. Можжухина Ю. М. Фототерапия в практике работы педагога-психолога в условиях дошкольной образовательной организации [Электронный ресурс] // Прикладная психология на службе развивающейся личности: сборник научных статей и материалов XV Научно-практической конференции с международным участием (Коломна, 09–10 февраля 2017 г.) / под общ. ред. Р. В. Ершовой. Коломна: Изд-во Государственного социально-гуманитарного университета, 2017. С. 153–155. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29663357> (дата обращения: 02.10.2021).



11. *Рягузова Е. В.* Психологические перекрестки фотографии и биографии [Электронный ресурс] // Альманах современной науки и образования. 2008. № 10-2. С. 148–150. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17722082> (дата обращения: 01.10.2021).
12. *Сонтаг С.* О фотографии. 7-е изд. М.: Ад Маргинем Пресс: Музей современного искусства «Гараж», 2018. 272 с.
13. *Тарарина Е.* Шкатулка мастера. Практикум по арт-терапии. СПб.: Вариант, 2017. 208 с.
14. *Тишкова А. С.* Анализ субличности индивида посредством метафорических карт [Электронный ресурс] // СМАЛЬТА. 2015. № 6. С. 68–73. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25093564> (дата обращения: 29.09.2021).
15. *Тишкова А. С., Елистратова Д. Э.* Предпосылки ролевой идентичности личности в контексте социальной сети Instagram [Электронный ресурс] // СМАЛЬТА. 2021. № 3. С. 89–98. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46711011> (дата обращения: 12.10.2021).
16. *Тупицына Е. А.* Техника поддерживающей фотографии как метод фототерапии в психолого-педагогической коррекции [Электронный ресурс] // Results of Research Activities 2018: Inventions, Methods, Innovations: сборник материалов XLII Международной научно-практической конференции (Москва, 17 декабря 2018 г.). Астрахань: Научный центр «Олимп», 2018. С. 267–269. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37104895> (дата обращения: 01.10.2021).
17. *Усова Н. К.* Метод фототерапии в работе психолога детского дома [Электронный ресурс] // Актуальные проблемы коррекционной педагогики и специальной психологии: материалы VII Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции (Череповец, 16–17 апреля 2012 г.). Череповец: Изд-во Череповецкого государственного университета, 2012. С. 486–489. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27491534> (дата обращения: 26.08.2021).
18. *Фрейд З.* Тотем и табу. М.: Азбука, 2012. 256 с.
19. *Хайгл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У.* Базисное руководство по психотерапии. СПб.: Речь: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2001. 784 с.
20. *Чечет Т. И., Коноваленко А. В.* Возможности использования фотографий на занятиях по иностранному языку в неязыковом вузе [Электронный ресурс] // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2010. № 4. С. 298–302. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15576604> (дата обращения: 28.09.2021).
21. *GINICOLA M. M., SMITH Ch., TRZASKA J.* Counseling Through Images: Using Photography to Guide the Counseling Process and Achieve Treatment Goals // Journal of Creativity in Mental Health. 2012. Vol. 7, Issue 4. Pp. 310–329. DOI: <https://doi.org/10.1080/15401383.2012.739955>
22. *GRAF N. M.* Photography as a Therapeutic Tool for Substance Abuse Clients who have a History of Sexual Abuse // Counselling and Psychotherapy Research. 2002. Vol. 2, Issue 3. Pp. 201–208. DOI: <https://doi.org/10.1080/14733140212331384835>
23. *Halkola U. A.* Photograph as a Therapeutic Experience // European Journal of Psychotherapy & Counselling. 2009. Vol. 11, Issue 1. Pp. 21–33. DOI: <https://doi.org/10.1080/13642530902723116>
24. *Martin R.* Inhabiting the Image: Photography, Therapy and Reenactment Phototherapy // European Journal of Psychotherapy & Counselling. 2009. Vol. 11, Issue 1. Pp. 35–49. DOI: <https://doi.org/10.1080/13642530902723074>
25. On Papers in the EJPC on the Use of Photographs in the Psychological Therapies // European Journal of Psychotherapy & Counselling. 2009. Vol. 11, Issue 1. Pp. 109–115. DOI: <https://doi.org/10.1080/13642530902745853>



References

1. Burno M. E. Therapy by Creative Self-expression: Clinical Therapy by Creativity, Spiritual Culture. *Moscow Psychotherapeutic Journal*, 1999, no. 1, pp. 19–42. (In Russian)
2. Buyanova A. E. Art Therapy Techniques in Social Work with Family and Children (by the Example of Phototherapy and Monotype) [Electronic resource]. *Sociology in the Modern World: Science, Education, Creativity*, 2016, no. 8-2, pp. 113–116. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26732829> (date of access: 02.10.2021) (In Russian)
3. Weiser J. Techniques of Phototherapy: Using Interactions with Photographs to Improve People’s Lives. *Visual Anthropology: Adjusting Optics*. Ed. E. Yarskoy-Smirnova, P. Romanova. Moscow: Variant Publ., 2009, pp. 64–108. (In Russian)
4. Weiser J. *PhotoTherapy Techniques. Researching the Secrets of Personal Photos and Family Photo Albums*. Moscow: Genezis Publ., 2017, 424 p. (In Russian)
5. Egorova A. A. Phototherapy in Pedagogical Practice [Electronic resource]. *Innovative Technologies in Education and Science: Collection of Materials of the II International Scientific and Practical Conference (Cheboksary, September 10, 2017)*. Cheboksary: Czentra nauchnogo sotrudnichestva “Interactive Plus” Publ., 2017, pp. 124–126. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30000854> (date of access: 01.10.2021). (In Russian)
6. Zhdanova S. Yu., Zaripova L. Z. The Method of Photography in the Study of Human Individuality as a Subject of Cognition [Electronic resource]. *Science Vector of Togliatti State University. Series: Pedagogy, Psychology*, 2012, no. 1 (8), pp. 153–157. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17428330> (date of access: 25.07.2021). (In Russian)
7. Kopytin A., Platts J. *Guide to Phototherapy*. Moscow: Kogito-Center Publ., 2009, 184 p. (In Russian)
8. Kopytin A. I. *Training in Phototherapy*. Saint Petersburg: Rech’ Publ., 2003, 96 p. (In Russian)
9. Cotton S. *Photography as Contemporary Art*. Moscow: Ad Marginem Press, Muzej sovremennogo iskusstva “Garazh” Publ., 2020, 288 p. (In Russian)
10. Mozhhukhina Yu. M. Phototherapy in the Practice of a Teacher-psychologist in a Preschool Educational Organization [Electronic resource]. *Applied Psychology at the Service of a Developing Personality: Collection of Scientific Articles and Materials of the XV Scientific-practical Conference with International Participation (Kolomna, February 09–10, 2017)*. Ed. R. V. Ershova. Kolomna: Publishing House State Social and Humanitarian University, 2017, pp. 153–155. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29663357> (date of access: 02.10.2021). (In Russian)
11. Ryaguzova E. V. Psychological Crossroads of Photography and Biography [Electronic resource]. *Almanac of Modern Science and Education*, 2008, no. 10-2, pp. 148–150. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17722082> (date of access: 01.10.2021). (In Russian)
12. Sontag S. *About Photography*. 7th ed. Moscow: Ad Marginem Press, Muzej sovremennogo iskusstva “Garazh” Publ., 2018, 272 p. (In Russian)
13. Tararina E. *Master’s Box. Workshop on Art Therapy*. Saint Petersburg: Variant Publ., 2017, 208 p. (In Russian)
14. Tishkova A. S. Analysis of Subpersonalities of an Individual by Means of Metaphorical Maps [Electronic resource]. *SMALTA*, 2015, no. 6, pp. 68–73. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25093564> (date of access: 29.09.2021). (In Russian)
15. Tishkova A. S., Elistratova D. E. Prerequisites for Role-based Personality Identity in the Context of the Social Network Instagram [Electronic resource]. *SMALTA*, 2021, no. 3, pp. 89–98. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46711011> (date of access: 12.10.2021). (In Russian)
16. Tupitsyna E. A. Technique of Supporting Photography as a Method of Phototherapy in Psychological and Pedagogical Correction [Electronic resource]. *Results of Research Activities 2018: Inventions, Methods, Innovations: Collection of Materials of the*



XLII International Scientific and Practical Conference (Moscow, December 17, 2018). Astrakhan: Nauchny'j centr "Olymp", 2018, pp. 267–269. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37104895> (date of access: 01.10.2021). (In Russian)

17. Usova N. K. The Method of Phototherapy in the Work of a Psychologist of an Orphanage [Electronic resource]. *Actual Problems of Correctional Pedagogy and Special Psychology: Materials of the VII All-Russian (with International Participation) Scientific and Practical Conference* (Cherepovets, April 16–17, 2012). Cherepovets: Publishing House Cherepovets State University, 2012, pp. 486–489. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27491534> (date of access: 26.08.2021). (In Russian)

18. Freud Z. *Totem and Taboo*. Saint Petersburg: Azbuka Publ., 2012, 256 p. (In Russian)

19. Heigl-Evers A., Heigl F., Ott Y., Ruger W. *A Basic Guide to Psychotherapy*. Saint Petersburg: Rech' Publ.: Publishing House East European Institute of Psychoanalysis, Speech, 2001, 784 p. (In Russian)

20. Chechet T. I., Konovalenko A. V. Possibilities of Using Photographs in Foreign Language Classes in a Non-linguistic University [Electronic resource]. *Actual Problems of the Humanities and Natural Sciences*, 2010, no. 4, pp. 298–302. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15576604> (date of access: 28.09.2021). (In Russian)

21. Ginicola M. M., Smith Ch., Trzaska J. Counseling Through Images: Using Photography to Guide the Counseling Process and Achieve Treatment Goals. *Journal of Creativity in Mental Health*, 2012, vol. 7, issue 4, pp. 310–329. DOI: <https://doi.org/10.1080/15401383.2012.739955>

22. Graf N. M. Photography as a Therapeutic Tool for Substance Abuse Clients Who Have a History of Sexual Abuse. *Counseling and Psychotherapy Research*, 2002, vol. 2, issue 3, pp. 201–208. DOI: <https://doi.org/10.1080/14733140212331384835>

23. Halkola U. A Photograph as a Therapeutic Experience. *European Journal of Psychotherapy & Counseling*, 2009, vol. 11, issue 1, pp. 21–33. DOI: <https://doi.org/10.1080/13642530902723116>

24. Martin R. Inhabiting the Image: Photography, Therapy and Reenactment Phototherapy. *European Journal of Psychotherapy & Counseling*, 2009, vol. 11, issue 1, pp. 35–49. DOI: <https://doi.org/10.1080/13642530902723074>

25. On Papers in the EJPC on the Use of Photographs in the Psychological Therapies. *European Journal of Psychotherapy & Counseling*, 2009, vol. 11, issue 1, pp. 109–115. DOI: <https://doi.org/10.1080/13642530902745853>

Информация об авторе

А. С. Тишкова – кандидат психологических наук, доцент кафедры практической и специальной психологии факультета психологии.

Information about the Author

A. S. Tishkova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Practical and Special Psychology of the Faculty of Psychology.

Поступила: 20.10.2021

Одобрена после рецензирования: 01.11.2021

Принята к публикации: 15.11.2021

Received: 20.10.2021

Approved after peer review: 01.11.2021

Accepted for publication: 15.11.2021

